



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 28 марта 2025 г.

№5	Наименование блюда От 1.5 до 3х лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	150	220.0
	2) Кофейный напиток с молоком	150	126.19
	3) Бутерброд с сыром	30/10	109.89
2-й завт	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	70.12
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	30	28.29
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	17/124/9	92.6
	3) Печень тушеная в сметане	30	110.57
	4) Каша гречневая с маслом	110	182,66
	5) Соус томатный	20	14,9
	6) Кисель из кураги	180	48.0
	7) Хлеб ржаной	40	69.33
Уплотненный полдник	1) Кабачковая икра для детского питания	30	31.0
	2) Макароны изделия отварные	150	168.0
	3) Хлеб пшеничный	35	71.0
	4) Напиток кисломолочный (снежок)	130	67.26
	5) Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	140	72.15

Всего:

1481,96

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 3
г. о. Октябрьск
Шатрова Л.Ю.

Меню на 28 марта 2025 г.

№5	Наименование блюда От 3х лет до 7ми лет	Масса порции	Калорий ность
Завтрак	1) Каша манная с маслом	200	222.02
	2) Кофейный напиток с молоком	180	148.45
	3) Бутерброд с сыром	35/18	151.10
2-й завт	Соки овощные, фруктовые, ягодные	171	89.03
Обед	1) Салат из свежих помидоров и огурцов	50	47.15
	2) Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	17/171/12 40	93.60 120.32
	3) Печень тушенная в сметане	130	210.07
	4) Каша гречневая с маслом	20	14,90
	5) Соус томатный	200	48.19
	6) Кисель из кураги	44	86.67
	7) Хлеб ржаной		
Уплотненный полдник	1) Кабачковая икра для детского питания	50 200	47.0 224.0
	2) Макароны изделия отварные	49	95.0
	3) Хлеб пшеничный	134	88.34
	4) Напиток кисломолочный (снежок)	151	90.6
	5) Фрукты и ягоды свежие (яблоко)		

Всего:

1776,44